

Obsah

Předmluva	7
Proč je les vlastně zelený?	9
Trénink sluchu v přírodě	19
Střevo – prodloužený nos	22
Příroda nechutná vždy skvěle	25
Hmat pomáhá myslet	29
Trénink šestého smyslu	32
Divoké prase – lesní obdoba žraloka	36
Jsme lepší, než si myslíme	41
Blízká setkání se stromy	44
Na počátku byl oheň	52
Stromy pod proudem	58
Tep stromů	68
Když žížaly cestují	75
Strom jako předmět kultu	93
Hranice mezi zvířaty a rostlinami se stírá	98
Řeč lesa	110
Lesní terapie – ponořte se, prosím	115
První pomoc z přírodní lékárny	126
Když musí strom k doktorovi	133
Touha po zdravém světě	144
Učme se od dětí	152

Všechno pod kontrolou?	155
Paradox venkovského a městského života	157
I stromy následují módní trendy	161
Obtížná cesta zpátky	165
Tváří v tvář klimatické změně	172
Kvalita chce svůj čas	180
Hledání původnosti	189
Bělověžský prales – komplikovaný případ	199
Hambašský les přetrvává!	206
Srdeční záležitost	214
Poděkování	216
Poznámky	220